

5.17 Übergewicht und Adipositas

Einleitung

Als Übergewicht bezeichnet man ein im Vergleich zum sogenannten Normalgewicht erhöhtes Körpergewicht, das durch einen vermehrten Körperfettanteil bedingt ist. Übergewicht, insbesondere starkes Übergewicht, ist ein Risikofaktor für bestimmte Erkrankungen, wie Typ-2-Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Gelenk- und Rückenbeschwerden.

Der Begriff »Übergewicht« wird oft für eine leichtere Erhöhung des Körpergewichts gebraucht. Unter Adipositas (Fettsucht) versteht man dagegen eine ausgeprägte Form des Übergewichts. Sie wird gängigerweise in drei Schweregrade (Adipositas Grad I bis III) unterteilt (RKI 2003).

Übergewicht und insbesondere Adipositas verursachen durch die Folgeerkrankungen beträchtliche Versorgungskosten und gesamtwirtschaftliche Kosten (zum Beispiel durch Arbeitsunfähigkeit). Erwachsene mit Adipositas haben zudem ein erhöhtes Risiko, frühzeitig zu sterben (McGee 2005; Adams et al. 2006).

Indikator

Der Body-Mass-Index (BMI) ist ein häufig verwendetes Maß dafür, ob eine Person unter-, normal- oder übergewichtig ist. Der BMI korreliert stark mit der Gesamtfettmenge im Körper und lässt sich leicht bestimmen. Definiert ist der BMI als Verhältnis des Körpergewichts in Kilogramm zum Quadrat der Körpergröße in Metern: $BMI = \text{Gewicht (kg)} / \text{Größe (m}^2\text{)}$. Bei einer 80 Kilo schweren und 1,80 Meter großen Person beispielsweise beträgt der BMI 24,7. Nach einer Klassifikation der Weltgesundheitsorganisation (WHO) unterscheidet man bei Erwachsenen je nach BMI zwischen Untergewicht ($BMI < 18,5$), Normalgewicht (18,5–24,9), Übergewicht (25,0–29,9) sowie Adipositas Grad I (30,0–34,9), Grad II (35,0–39,9) und Grad III (≥ 40). Zu berücksichtigen ist, dass bei Selbstangaben das Körpergewicht häufig unterschätzt, die Körpergröße dagegen eher überschätzt wird. Dadurch kann der BMI geringer als bei gemessenen Werten ausfallen; dies ist beim Vergleich verschiedener Datenquellen zu berücksichtigen. Die hier präsentierten Daten basieren auf Selbstangaben der Befragten zu ihrem Körpergewicht sowie zu ihrer Körpergröße.

Kernaussagen

- ▶ Bei Männern tritt Übergewicht häufiger auf als bei Frauen; die Häufigkeit der Adipositas unterscheidet sich nicht zwischen den Geschlechtern.
- ▶ 45 % der Frauen und knapp 60 % der Männer sind übergewichtig oder adipös.
- ▶ Bei beiden Geschlechtern nimmt die Häufigkeit von Übergewicht und Adipositas mit dem Alter zu.
- ▶ Über sieben Prozent der Frauen im Alter von 18 bis 29 Jahren sind nach Selbstangaben untergewichtig.
- ▶ Adipositas ist ab dem Alter von 30 Jahren in unteren Bildungsgruppen im Vergleich zu oberen Bildungsgruppen stärker verbreitet. Dieser Unterschied tritt vor allem bei Frauen sehr deutlich hervor.
- ▶ Frauen aus der Region Sachsen-Anhalt/Thüringen haben signifikant häufiger Adipositas als der Bundesdurchschnitt. Bei Männern können aus den Daten keine wesentlichen regionalen Unterschiede abgeleitet werden.

Ergebnisbewertung

Im Vergleich zu den ebenfalls anhand von Selbstangaben erhobenen Daten des Mikrozensus 2009 ist der Anteil adipöser Männer und Frauen in GEDA 2009 etwas höher: Während im Mikrozensus 15,7 % der Männer Adipositas haben, sind es in GEDA 2009 16,3 %; unter den Frauen machen 13,8 % im Mikrozensus und 15,7 % in GEDA 2009 Angaben zu Größe und Gewicht, die auf eine Adipositas schließen lassen. Die Angaben zum Übergewicht dagegen liegen im Mikrozensus für Männer höher als in GEDA 2009, bei Frauen sind sie fast identisch (StBA 2010).

Im telefonischen Gesundheitssurveys 2003 gaben 13 % der Befragten BMI-Werte im Bereich der Adipositas an (Mensink et al. 2005). Verglichen mit dieser Häufigkeit ist der Anteil der Befragten mit Adipositas innerhalb der vergangenen 6 Jahre um rund 3 Prozentpunkte angestiegen.

In der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS) werden Größe und Gewicht sowohl gemessen als auch erfragt. Damit werden künftig aktuelle Messwerte zur Verfügung stehen und es wird möglich sein, einen Korrekturfaktor zwischen Mess- und Schätzwerten zu berechnen.

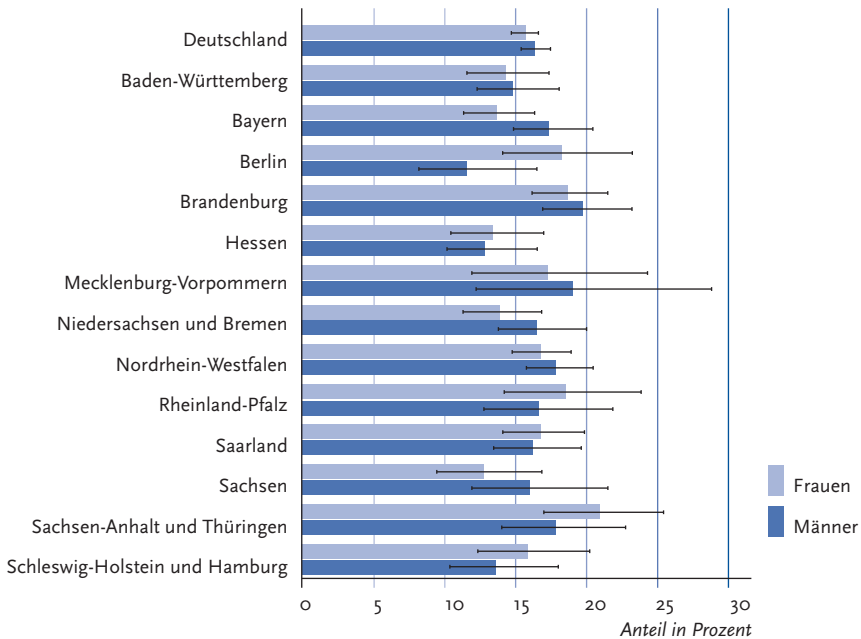
Häufigkeitsverteilung

Frauen	Untergewicht		Normalgewicht		Übergewicht		Adipositas	
	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)
Gesamt (Frauen und Männer)	1,9	(1,7–2,2)	45,9	(45,0–46,8)	36,1	(35,3–37,0)	16,0	(15,3–16,7)
Frauen gesamt	3,0	(2,7–3,4)	52,0	(50,8–53,2)	29,2	(28,1–30,3)	15,7	(14,8–16,7)
18–29 Jahre	7,4	(6,2–8,8)	70,7	(68,3–73,1)	16,4	(14,5–18,6)	5,5	(4,3–6,9)
Untere Bildungsgruppe	10,0	(7,4–13,3)	69,6	(64,3–74,4)	14,4	(10,7–19,1)	6,0	(3,7–9,5)
Mittlere Bildungsgruppe	5,5	(4,2–7,0)	70,9	(67,9–73,8)	18,1	(15,7–20,7)	5,6	(4,3–7,2)
Obere Bildungsgruppe	9,9	(6,8–14,4)	73,4	(67,4–78,6)	13,6	(9,8–18,6)	3,1	(1,6–5,9)
30–44 Jahre	3,3	(2,7–4,0)	60,3	(58,2–62,3)	24,8	(23,0–26,7)	11,7	(10,2–13,3)
Untere Bildungsgruppe	2,9	(1,3–6,4)	49,4	(41,3–57,4)	26,3	(19,8–34,1)	21,4	(15,3–29,2)
Mittlere Bildungsgruppe	3,2	(2,4–4,1)	59,6	(57,1–62,0)	25,5	(23,3–27,7)	11,8	(10,3–13,5)
Obere Bildungsgruppe	3,7	(2,8–4,9)	68,2	(65,5–70,9)	22,5	(20,1–25,0)	5,6	(4,4–7,1)
45–64 Jahre	2,1	(1,5–2,8)	48,2	(46,2–50,1)	31,0	(29,2–32,8)	18,8	(17,2–20,5)
Untere Bildungsgruppe	3,6	(1,7–7,2)	39,8	(33,8–46,1)	29,1	(23,7–35,0)	27,6	(22,3–33,6)
Mittlere Bildungsgruppe	1,6	(1,1–2,2)	47,3	(45,0–49,6)	32,7	(30,6–34,9)	18,5	(16,7–20,3)
Obere Bildungsgruppe	2,0	(1,4–2,8)	59,6	(57,0–62,1)	27,8	(25,5–30,2)	10,6	(9,2–12,3)
ab 65 Jahre	1,4	(1,0–2,1)	37,8	(35,1–40,5)	38,7	(36,0–41,6)	22,1	(19,7–24,6)
Untere Bildungsgruppe	1,1	(0,5–2,4)	32,6	(28,1–37,5)	39,5	(34,7–44,5)	26,7	(22,5–31,4)
Mittlere Bildungsgruppe	1,8	(1,1–2,8)	40,8	(37,7–43,9)	39,4	(36,4–42,6)	18,0	(15,7–20,6)
Obere Bildungsgruppe	1,5	(0,8–2,7)	53,7	(49,4–58,0)	30,8	(27,0–34,9)	14,0	(11,2–17,3)

Männer	Untergewicht		Normalgewicht		Übergewicht		Adipositas	
	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)	%	(95 %-KI)
Gesamt (Frauen und Männer)	1,9	(1,7–2,2)	45,9	(45,0–46,8)	36,1	(35,3–37,0)	16,0	(15,3–16,7)
Männer gesamt	0,8	(0,6–1,1)	39,5	(38,3–40,8)	43,4	(42,1–44,7)	16,3	(15,3–17,4)
18–29 Jahre	2,3	(1,5–3,5)	65,9	(63,1–68,6)	24,7	(22,2–27,2)	7,1	(5,7–8,9)
Untere Bildungsgruppe	4,2	(2,3–7,7)	69,0	(63,2–74,2)	19,9	(15,6–25,0)	6,9	(4,2–11,1)
Mittlere Bildungsgruppe	1,1	(0,6–2,1)	65,2	(61,7–68,5)	26,5	(23,5–29,9)	7,2	(5,5–9,2)
Obere Bildungsgruppe	2,6	(1,0–7,1)	59,8	(52,6–66,6)	30,1	(24,0–37,0)	7,5	(4,4–12,3)
30–44 Jahre	0,8	(0,4–1,6)	43,2	(40,7–45,7)	43,1	(40,6–45,6)	12,9	(11,3–14,8)
Untere Bildungsgruppe	1,6	(0,2–10,5)	34,1	(24,1–45,7)	44,4	(33,5–55,9)	19,9	(12,4–30,4)
Mittlere Bildungsgruppe	0,7	(0,3–1,9)	41,3	(38,1–44,6)	43,9	(40,7–47,3)	14,1	(12,0–16,5)
Obere Bildungsgruppe	0,6	(0,2–1,9)	50,1	(46,9–53,3)	41,1	(38,0–44,3)	8,2	(6,7–9,9)
45–64 Jahre	0,3	(0,1–0,8)	28,8	(26,9–30,8)	49,7	(47,5–52,0)	21,1	(19,3–23,1)
Untere Bildungsgruppe	1,1	(0,2–7,2)	19,8	(12,9–29,3)	53,7	(43,1–64,0)	25,3	(17,2–35,7)
Mittlere Bildungsgruppe	0,2	(0,1–0,6)	27,6	(24,9–30,3)	49,6	(46,6–52,7)	22,6	(20,2–25,3)
Obere Bildungsgruppe	0,3	(0,2–0,7)	34,3	(31,9–36,8)	48,5	(45,9–51,1)	16,8	(15,0–18,9)
ab 65 Jahre	0,1	(0,1–0,3)	28,6	(25,8–31,6)	50,1	(46,8–53,3)	21,2	(18,6–24,1)
Untere Bildungsgruppe	–	–	30,6	(20,6–42,8)	44,6	(33,1–56,8)	24,8	(15,8–36,7)
Mittlere Bildungsgruppe	–	–	24,7	(21,3–28,5)	51,7	(47,4–55,9)	23,6	(20,1–27,5)
Obere Bildungsgruppe	0,5	(0,2–1,2)	35,0	(31,8–38,5)	50,0	(46,6–53,5)	14,5	(12,2–17,1)

[Sprung zu weiteren Daten aus dem Informationssystem der GBE des Bundes](#)

Regionale Verteilung: Anteil der Befragten mit Adipositas



Literatur

- Adams KF, Schatzkin A, Harris TB et al. (2006) Overweight, Obesity, and Mortality in a large prospective Cohort of Persons 50 to 71 Years old. *N Engl J Med* 355: 763–778
- McGee DL (2005) Body mass index and mortality: a meta-analysis based on person-level data from twenty-six observational studies. *Ann Epidemiol* 15: 87–97
- Mensink GBM, Lampert T, Bergmann E (2005) Übergewicht und Adipositas in Deutschland 1984–2003. *Bundesgesundheitsbl – Gesundheitsforsch – Gesundheitsschutz* 48: 1348–1356
- Robert Koch-Institut (Hrsg) (2003) Übergewicht und Adipositas. *Gesundheitsberichterstattung des Bundes*. Heft 16. RKI, Berlin
- Statistisches Bundesamt (StBA) (2010) Mikrozensus 2009 – Fragen zur Gesundheit www.gbe-bund.de

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie.

Herausgeber

Robert Koch-Institut
Nordufer 20
13353 Berlin

Redaktion

Robert Koch-Institut
Abteilung für Epidemiologie und
Gesundheitsberichterstattung
Dr. Cornelia Lange, Dr. Thomas Ziese
General-Pape-Straße 62-66
12101 Berlin

Bezugsquelle

Die »Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung
des Bundes« können kostenlos bezogen werden.

E-Mail: gbe@rki.de

www.rki.de/gbe

Tel.: 030-18754-3400

Fax: 030-18754-3513

Layout

Satzinform, Berlin

Druck

Oktoberdruck AG, Berlin

ISBN

978-3-89606-206-2